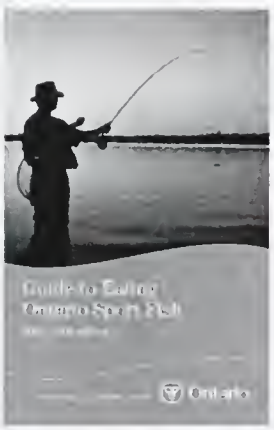
1MEN_11529_Russian_Broch_v4.qxd 3/11/05 10:57 AM Page 1

PIBS # 4395e01

«Руководство по употреблению в пищу рыбы, добытой в водоемах провинции Онтарио непромышленным способом»

Руководство по употреблению в пищу рыбы, добытой в водоемах провинции Онтарио непромышленным способом (далее - *руководство*) – это бесплатная брошюра правительства провинции Онтарио для рыболовов и любителей рыбы с советами по безопасному употреблению в пищу рыбы, добытой непромышленным способом. В связи с тем, что некоторые виды рыбы могут содержать экологически вредные вещества, мы настоятельно рекомендуем следовать советам, изложенным в настоящем *руководстве*. Рыба, добытая непромышленным способом. Очень важно всем помнить об этих правилах, в особенности женщинам детородного возраста и детям до 15 лет, поскольку они в сильной степени подвержены воздействию вредных веществ, которые могут находиться в рыбе.



Почти вся рыба собирается Министерством природных ресурсов, при этом ее качество проверяется специалистами Министерства охраны окружающей среды. Советы по употреблению в пищу рыбы основаны на рекомендациях Министерства охраны здоровья. Советы в данном руководстве базируются только на уровне загрязненности рыбного филе (рыбного мяса), но не других ее частей, таких, как чешуя, печень, иные внутренние органы или икра. Эти части могут иметь еще более высокий уровень загрязненности и обычно не употребляются в пищу. *Руководство* дает советы по употреблению в пищу наиболее распространенных видов рыбы, которые водятся в более чем 1700 водоемах провинции Онтарио.

За бесплатной копией *руководства* на английском или французском языке, а также для получения ответов на Ваши вопросы, обращайтесь, пожалуйста, в отдел по мониторингу за загрязненностью непромышленной рыбы Министерства охраны окружающей среды по тел.: **416-327-6816** или бесплатной линии (только по провинции Онтарио): **1-800-820-2716**. Вы также можете написать письмо по адресу, указанному на следующей странице.

Как пользоваться *руководством*

Руководство состоит из следующих разделов: юг, север провинции Онтарио и район Больших Озер. Советы по употреблению рыбы даются по каждому району отдельно, в соответствии с наиболее часто встречаемой там рыбой.

После того, как Вы поймали рыбу, измерьте ее целиком от головы до хвоста. Для определения Вашего улова воспользуйтесь иллюстрациями на центральных страницах *руководства*.

Ontario

1MEN_11529_Russian_Broch_v4.qxd 3/11/05 10:57 AM Page 2

Количество употребляемой рыбы в зависимости от места улова можно найти в таблицах потребления (пример приведен ниже), в которых указывается место улова, вид рыбы и ее размер. Нормы употребления того или иного вида рыбы даются на двух строках: в первой указывается количество рыбы для всех категорий населения, во второй – для женщин детородного возраста и детей возрастом до 15 лет.

Цифра под соответствующим размером рыбы указывает месячную норму порций рыбы данного размера, пойманной в данном районе. Если Ваш улов состоит из рыбы одного и того же вида и размера, пойманной в одном районе, то это количество порций является максимальным.

Length/ Longueur	15 6"	20 8"	25 10"	30 12"	35 14"	40 16"	45 18"	50 20"	55 22"	60 24"	65 26"	70 28"	75 30"	>75 cm >30"
Emily Lake / Lac Emily Sauger Twp./Canton de Sauger, Sturgeon Co./Cté de Sturgeon 4537/7942														
Northern Pike[5]								8				4		
Brochet[5]				8		4				0				
Walleye[5]				8			4							
Doré[5]				4			0							

Употребление рыбы разного размера, вида или района улова

При употреблении рыбы разного размера, вида или из другого района, сложите вместе долю месячной нормы каждой порции. Доля месячной нормы каждой порции, съеденной в течении месяца, приведена в следующей таблице. Сумма долей всех порций не должна превышать 1 (см. стр. 2 настоящего *руководства*).

Номер в таблице потребления	Рекомендация	Доля месячной нормы
8	до 8 порций в месяц	1/8
4	до 4 порций в месяц	1/4
2	до 2 порций в месяц	1/2
1	1 порция в месяц	1
0	не употреблять в пищу	–

Употребление в пищу рыбы, добытой промышленным и непромышленным способом

Рыба, приобретенная в магазине, проходит предварительный контроль в лабораториях Канадского агентства по контролю за качеством пищевой продукции на предмет соответствия канадским стандартам. Большинство рыбы имеет невысокий уровень содержания вредных веществ. Однако если Вы регулярно употребляете в пищу рыбу из магазина и собираетесь при этом есть рыбу, добытую на рыбалке, то необходимо сократить потребление последней. Рекомендации по данному вопросу Вы можете найти на стр. 7 данного *руководства*.

Дополнительную информацию можно получить в отделе по мониторингу за загрязненностью непромышленной рыбы Министерства охраны окружающей среды

Sport Fish Contaminant Monitoring Program
Ministry of the Environment
125 Resources Road
Etobicoke, ON M9P 3V6
Тел.: 416-327-6816 или 1-800-820-2716
электронная почта: sportfish@ene.gov.on.ca

© 2005 Queen's Printer for Ontario PIBS# 4395R01